zensor...

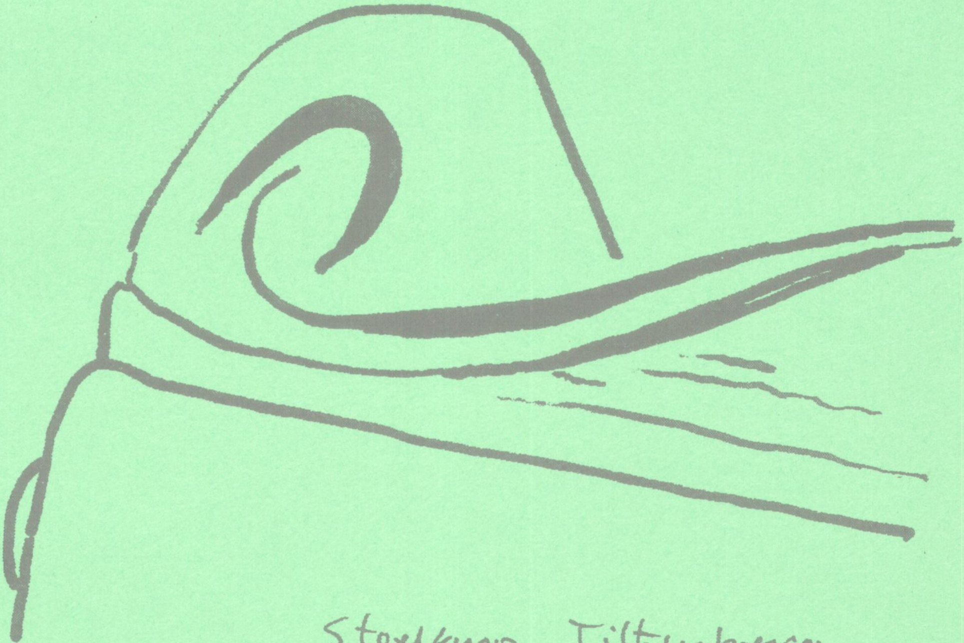
zensor 20 lente 2003



Blad Lotusvijver
Ieplaan 21
2565 LC DENHAAG



Zensor 20 lente 2003



Stoelknop Tiltenberg

Wat is wijsheid?

Het is niet voor niets dat de Tibetanen het boeddhisme geen religie, levenshouding of filosofie noemen, maar een *wijsheidstraditie*.
Wijsheid is immers waar we allemaal naar op zoek zijn.
Dat is waarom we elke week in de zendo komen, waarom we elke dag op het kussen zitten en waarom we ons door koans tot het uiterste laten tergen. In de hoop wijsheid te verwerven. Een glimp inzicht in waar het in het leven om gaat.
Tegelijkertijd is wijsheid een vaag begrip. Wat is het nu eigenlijk? Waar herken je het aan? In deze Zensor staan een aantal bijdragen van sanghaleden die vanuit verschillend perspectief over wijsheid denken en schrijven.

Ulrike Berlage doet verslag vanuit haar praktijk als psychiater, waarin voortdurend een beroep op haar wijsheid wordt gedaan. Dorien Janse heeft jarenlang geworsteld met haar streven een wijze moeder te zijn. Peter Verbogt, die onlangs naar Salt Lake City vertrok om monnik te worden, is op verzoek van de redactie in het Hart Soetra gedoken en constateert dat het menselijk bestaan totaal onvoorspelbaar en onpeilbaar is. Nico zet uiteen hoe wijsheid en verlichting eigenlijk onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn.

Wat is wijsheid? Het ultieme antwoord blijft iedereen schuldig, maar André van der Braak weet één ding heel zeker: de wijsheid is een vrouw.
Proficiat dames!

De redactie



Illustratie van een handschrift van de Ashtasahasrika Prajnaparamita afkomstig uit de klooster-universiteit van Nalanda (India), 11e eeuw.

De wijsheid van een open deur

door Jacqueline Oskamp

Wat is wijsheid? Het verlossende woord komt helaas niet van Nico, want hij haast zich te zeggen dat hij het ook niet weet. 'Er bestaat zeker zoiets als wijsheid, maar ik heb geen idee wat het is. Als het regent wordt de aarde nat, als de zon schijnt wordt de aarde warm. Dat is wijsheid.'

Is dat niet eerder boerenslimheid?

'Zen gaat over open deuren. Je moet een duidelijk onderscheid maken tussen spirituele wijsheid en alledaagse wijsheid. In het dagelijks leven

noemen we iemand wijs die adequaat reageert, die niet zo schreeuwerig is in zijn reactie, die ruimte weet te creëeren, die het juiste woord op het juiste moment spreekt, die een situatie beheerst enzovoorts. Het wijsheidsbegrip in het boeddhisme is iets anders. Dan gaat het over *prajna*, de alles overtreffende wijsheid waar de Hart Sutra ook over gaat. Het inzicht dat komt wanneer alle concepten en begrippen zwijgen.

Die wijsheid speelt zich op een heel primair vlak af. Van daar die open deur. Als iemand met een mes op me af komt, dan buk ik. Dat is een wijze reflex, die niet is bedacht maar recht uit mijn hart komt. Vanuit een grote gevoeligheid voor het bestaan.

De klassieke indeling zegt dat verlichting twee kanten kent: wijsheid en compassie. Wijsheid staat voor het inzicht en het weten, terwijl compassie als handeling van nature daaruit voortvloeit. In zen beoefenen we zazen opdat wijsheid in ons ontstaat en het is die wijsheid die ons doet handelen. De beroemde vraag luidt dan ook: hoe pas ik 'het' toe in mijn dagelijks leven? Je kunt een hele hoop toepassingen bedenken, maar eigenlijk hoef je je geen zorgen te maken over die vraag. Je mag erop vertrouwen dat wat je zegt doordrongen is van wijsheid en dat wat je doet doordrongen is van compassie. Dat is iets wat je eigen begripsvermogen te boven gaat.'

Kun je wijsheid herkennen?

'Ja, ik denk dat je het kan herkennen, maar niet volgens vaste regels. Ik geloof niet dat je wijsheid voor eens en voor altijd kunt bereiken. Wellicht zijn er momenten van wijsheid, net zoals er momenten van compassie zijn. Het behoort tot het drama van ons bestaan dat we wijsheid slechts mondjesmaat kunnen verwerven en altijd maar voorlopig. Tegelijkertijd is dat niet erg, want je kunt ook zeggen: alles wat er gebeurt, alles wat ik meemaak, alles wat mij overkomt, alles wat ik zeg, alles wat ik denk, is *prajna*. Zo is het ook. Zelfs het feit dat ik tekort schiet, en ik doe niets anders dan tekort schieten, dat is wijsheid.'

Want...

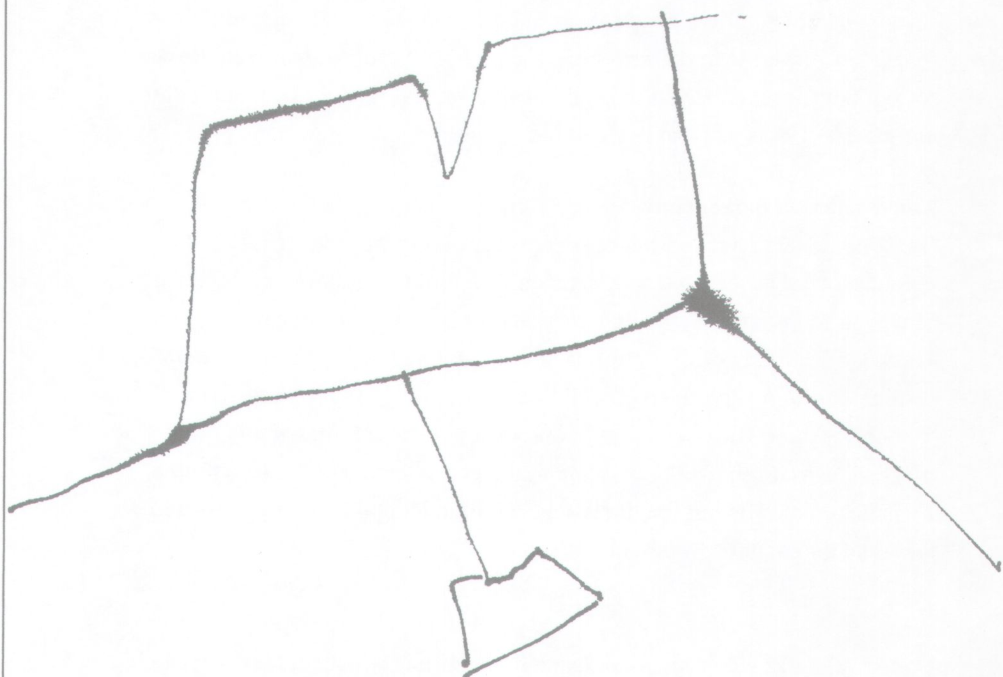
'... de werkelijkheid is wijsheid. Dat wij hier zijn is wijsheid. Het is wijsheid dat ik besta. Als je het zo zegt, zeg je ook: wijsheid is niet van mij.'

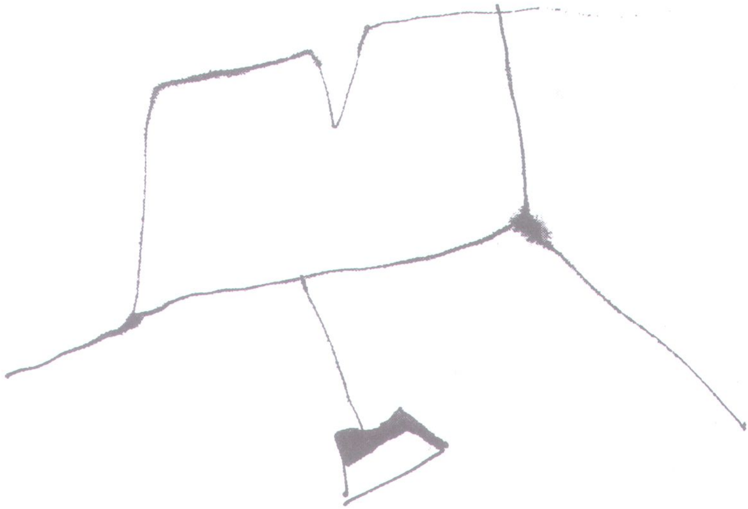
Het achtvoudige pad wekt de indruk dat je aan wijsheid kunt werken.

'We kunnen zeker wat doen. Je kunt zazen beoefenen, je kunt aandacht beoefenen in je dagelijks bestaan, maar je kunt de wijsheid die eruit voortvloeit niet afdwingen. Dat is genade. Wijsheid is niet wat wij bedenken. Het overkomt je. Het is spontaan.'

Ben jij wijs?

'Nee, ik ben onwetend. Het belangrijkste wat je op het zenpad kunt ontdekken is je onwetendheid. Daarom begon ik ook te zeggen: ik weet niet wat wijsheid is. Je kunt ook zeggen: het bestaan is een ondoorgrondelijk mysterie. Wij staan volstrekt onwetend in de wereld.'

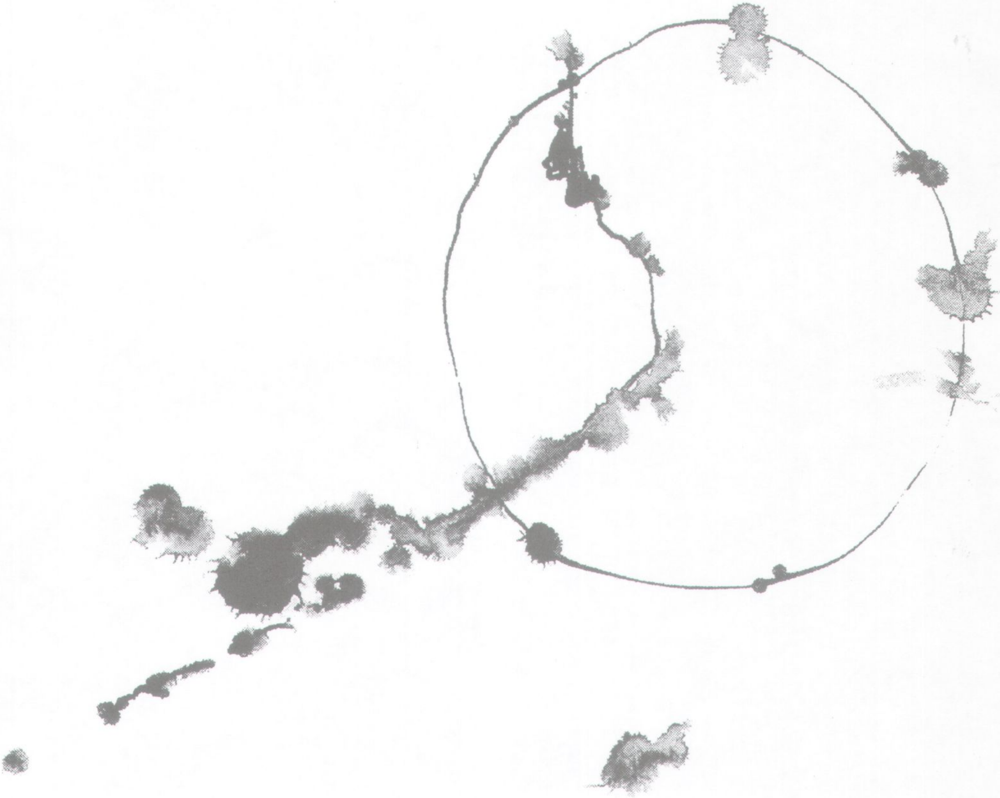




De wijze

De wijze heeft geen onveranderlijk hart,
Richt zijn hart naar het hart der honderd geslachten.
De goede, hem ben ik goed.
De niet-goede, hem ben ik ook goed.
Deugd is goed.
De oprechte, hem ben ik oprecht.
De niet-oprechte, hem ben ik oprecht.
Deugd is oprecht.
De wijze leeft in de wereld vol angst en beven,
dat zijn hart door de wereld zal worden verontrust.
De honderd geslachten richten op hem hun oor en oog.
De wijze, allen zijn hem kinderen

Lau-tse, uit Tau-te-tsing



Over wijsheid

Filosoof André van der Braak vertelt over zijn liefde voor Sophia: 'Ze speelt een spel met me en toch wil ik haar hartstochtelijk de mijne maken.' Over onhandige minnaars en mompelende mannetjes, die allemaal achter Sophia aan zitten.

*Door **André van der Braak***

Ik ben verliefd. Ik ben in de ban van een heel bijzondere vrouw. Ze jaagt me na in m'n dromen, geeft me geen ogenblik rust. Hoewel ik haar nooit gezien heb, weet ik dat ze de mooiste vrouw ter wereld is. Ik aanbid haar.

Soms lijkt ze tot me te spreken. Dan kijkt ze me aan met die ogen waar ik zo in zou kunnen verzinken, versmelten, ogen die het wereldraadsel voor me lijken te ontsluieren. Een paar keer maakte ze aanstalten om haar rokken op te tillen, om mij een blik te gunnen in haar diepste geheimen. Ze is mysterieus, zoals alle vrouwen zijn. Altijd alles belovend, maar als ik naar haar uitgestrekte handen grijp is er alleen maar lucht. Ze speelt een spel met me. Ze drijft de spot met me. En toch wil ik haar hartstochtelijk de mijne maken.

Haar naam is Sophia. Ze heeft meerdere minnaars, altijd gehad ook. Mensen zoals ik, die hun hart aan haar hebben verpand. Ze worden minnaars van Sophia genoemd, maar in het Grieks klinkt dat mooier: Philos Sophia, of zeg maar gewoon filosoof.
Mijn Sophietje is namelijk niet zomaar de eerste de beste. In de gnostische vroeg-Christelijke mysteriën wordt Sophia vereerd als het heilig vrouwelijke. Er bestaan gnostische mythen over het heilig huwelijk tussen Jezus en Sophia. Paulus heeft het over 'het geheim van Sophia dat in onze Mysteriën wordt onderwezen'. De oorspronkelijke drie-eenheid bij Valentinus was Vader, Zoon en Sophia.

Nietzsche zei het al: 'Gesteld dat de waarheid een vrouw is, dan zijn de meeste filosofen ongelooflijk lomp en bot in de manier waarop ze haar het hof maken.' Ze proberen haar met geweld te overmeesteren, aan te randen, in de hoek te drijven. Wij filosofen zijn zulke onhandige minnaars. Wij smachten ernaar om Sophia de onze te maken, maar uiteindelijk blijven we altijd maagd, en worden we zure, verschrompelde oude mannetjes, die allerlei verwarde en onduidelijke dingen mompelen, bij voorkeur in duister Duits of Frans.

Mijn eigen favoriete haiku-schrijver en filosoof zei het ooit als volgt:

Amsterdams terras
Jij dronk ranja met rietje
Lieve Sophietje



Prajnaparamita, transcendente wijsheid, is de wijsheid die leegte ziet. Ze is wel beschreven als de 'moeder van alle boeddha's' en wordt in de kunst van het vajrayana weergegeven als een vrouwelijke bodhisattva. Indonesië, ± 1300 na Chr. steen. Museum Nasional Djakarta.

De wijze moeder

Is een wijze moeder hetzelfde als een perfecte moeder? Dorien Janse liet zich tien jaar lang ringeloren door haar eigen ideaalbeeld: de liefhebbende moeder die nooit haar beheersing verliest.

*Door **Dorien Janse***

Een paar weken na de geboorte van mijn tweede kind, zat ik op de rand van m'n bed, toen ik een visioen had. Ik zag mezelf omgaan met m'n kinderen op een kalme, liefdevolle manier, rustend in mezelf en omhullend.

Het was een archetypisch beeld van de wijze moeder, denk ik nu. Het visioen duurde maar even, maar ik heb er de afgelopen tien jaar behoorlijk veel last van gehad. Het beeld werd namelijk een streven naar hoe ik als moeder zou willen/moeten zijn. Een ideaal.
Iedere ochtend begon ik met frisse moed aan de nieuwe dag en iedere dag stelde ik mezelf zwaar teleur. Ik haalde geen enkele avond zonder boos of ongeduldig te zijn geweest, m'n stem te verheffen en zo nu en dan deelde ik een tik uit (geen pedagogische!). In plaats van op een liefdevolle manier te doen wat er gedaan moest worden, werd mijn handelen erg vaak bepaald door mijn emoties: snel, impulsief, en zo nu en dan brullend als tijger.
Ik voldeed niet aan mijn eigen ideaal en was hierover boos op mezelf. Soms ook op mijn kinderen die mij zo pijnlijk confronteerden met mijn onvolmaaktheid. Zo hield ik mezelf in de greep, als een hamster die blijft rondhollen in zo'n speelgoedrad. En zo ontstaat lijden... Soms lukt het me om uit het rad te stappen. Opeens zie ik hoe ik een bepaalde verwachting, beeld, fantasie als een gekleurd filter tussen mezelf en de werkelijkheid schuif.
Wijsheid is misschien het met andere ogen zien van mijn eigen beperktheid en daar de pijn van dragen. Het beeld van de wijze moeder als ideaal loslaten, omdat het me afhoudt van wie ik ben. En wijsheid is ook het beeld van de wijze moeder koesteren, omdat ik die óók ben... Grote wijsheid is het om alle beelden van wijsheid los te laten en te doen wat gedaan moet worden, kalm, liefdevol, schreeuwend, ongeduldig...

‘Dokter, u maakt mij ziek!’

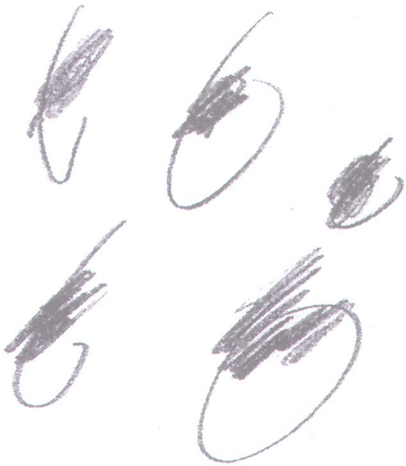
Ulrike werkt als arts-assistent in opleiding in een psychiatrisch ziekenhuis met voornamelijk patiënten die langdurig behandeld worden vanwege schizofrenie en die daarnaast ook vaak verslaafd en/of dakloos zijn. Dagelijks moet ze ingrijpende beslissingen over andermans leven nemen: ‘Een toverstokje zou een welkom attribuut zijn!’

*door **Ulrike Berlage***

In mijn werk word ik dagelijks geconfronteerd met de vraag ‘Wat is in deze situatie wijsheid?’ Het kan zijn dat ik mezelf deze vraag stel, maar misschien nog vaker zijn het anderen die me hoopvol aankijkend een vraag hierover stellen. Soms bekruipt me dan het gevoel dat ik word gezien als een goede fee met een toverstokje in haar hand (zo’n stokje met een sterretje erop) waarmee ik alle problemen zou kunnen wegtoveren....
Het kan zijn dat er vragen liggen over het verhogen of afbouwen van medicatie. Het kan erover gaan of iemand uit ‘de separeer’ mag komen, of al met ontslag kan gaan. Of iemand beschermd moet gaan wonen. Of er een extra gesprek nodig is. Op dit soort vragen kan ik, puttend uit mijn inmiddels verzamelde kennis en ervaring, meestal wel een bevredigend antwoord geven. Maar wijsheid is het niet.

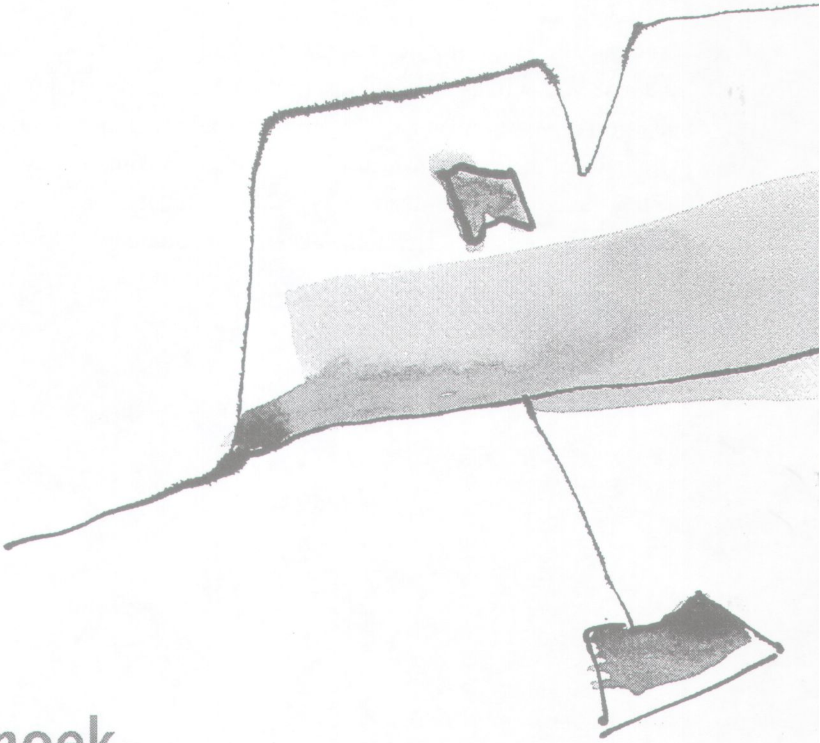
Moeilijker wordt het wanneer de vraag rijst of iemand voor langere tijd gedwongen opgenomen moet blijven. Wie ben ik om te beslissen dat iemands levensstijl voor hem/haar te gevaarlijk is? Hebben mensen het recht om een zwervend bestaan te leiden, ook al worden ze ’s nachts belaagd en lijdt hun lichamelijke gezondheid onder hun drugsgebruik? Wat zijn mijn overwegingen wanneer ik besluit om iemand te laten beoordelen of hij/zij onder dwang medicatie toegediend moet krijgen? Ben ik me nog voldoende bewust wat het voor iemand betekent om een hele week, of twee, drie, vier weken niet naar buiten te mogen? Ook hier kom ik meestal nog tot een antwoord, gebruikmakend van de heersende normen en waarden binnen de medische stand, afgezet tegen mijn persoonlijke overtuigingen.

Maar dan zijn er de situaties waarin ik me letterlijk afvraag: 'Wat moet ik nu doen? Wat is hier nu wijsheid?' Ik denk dan aan de patiënt waarmee ieder gesprek vastliep op zijn overtuiging: 'Dokter, u maakt me ziek, ik hoop dat u me gauw naar huis laat gaan!' Geen contact mogelijk over de stemmen die hij hoorde, over de wanhoop die hem ertoe had gedreven om zich voor een auto te gooien. Weken, maanden liep ieder gesprek zo. Wat doe ik dan?



Ik denk ook aan de Turkse vader die ik met behulp van een tolk moest uitleggen dat zijn 19-jarige, oudste zoon, aan schizofrenie leed. Dat dit een chronische ziekte is waar zijn zoon niet meer van zal genezen en waardoor hij nooit meer de oude zal worden. Wat doe ik wanneer de man stilletjes begint huilen? Wat doe ik met mijn rol van slecht-nieuws-brenger? Mee in de afgrond kijken of toch nog hoop bieden? Het zijn deze vragen die me bezig blijven houden en waarop het antwoord op zich laat wachten, tot het plotseling uit het niets verschijnt. Om vervolgens weer even plotseling te verdwijnen. Vaak komt er ook helemaal geen antwoord. Volgens mij begint hier ergens wijsheid. Ik wil dan ook afsluiten met een citaat van een van mijn supervisoren, die het weer van zijn vroegere supervisor had:

'Een goede opleiding (in de psychiatrie) is het gedoseerd leren inzien hoe weinig je kunt bereiken'.



Haikuhoek

door ***Henk van der Geest***

Lente komt!

Het is half februari als ik dit schrijf. Voor mijn raam in de vensterbank bloeien de eerste krokussen. Alweer enige tijd geleden was er iemand in Amsterdam die meerdere jaren achter elkaar rond deze tijd op verschillende plaatsen in de binnenstad de leuze schreef: 'Lente komt'. Fantastisch vond ik dat altijd, zo'n eenvoudig hartverwarmend bericht aan het eind van de winter. Daarom met het voorjaar in aantocht een keuze uit lente-haiku deze keer.

Donkerblauwe zee
wit besneeuwde bergen,
en vogels terugkerend

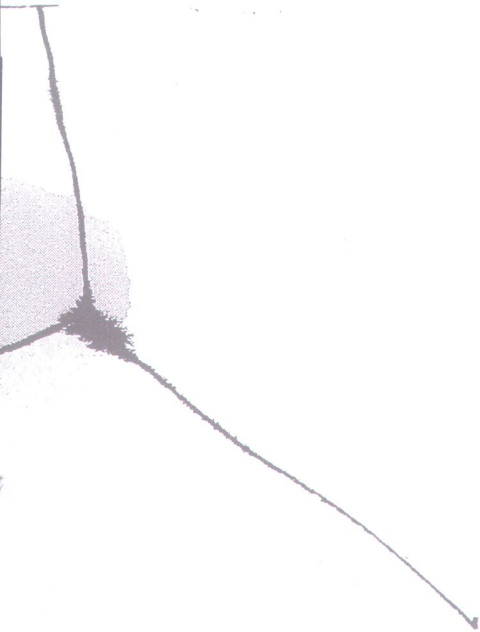
Shiki

Ik had mij gebaad
en gebeden – toen zag ik
de kersebloesem

Issa

Pruimbloesemgeur en
plotseling gaat de zon op
over het bergpad

Basho



De zang van de nachtegaal heeft altijd weer mensen in vervoering gebracht. Ook op het terrein van onze geliefde Tiltenberg kun je hem soms horen. De duinen erachter zitten er vol mee. Vooral in het voorjaar, als ze net zijn teruggekeerd, kan hun zang betoverend zijn:

Waarlijk het is voorjaar!
zie, een heuvel zonder naam
in morgenwazen

Basho

Een kind, dat kijkt
met open mond, naar vallende
bloesems, is Boeddha

Kubutsu

Op zijn bamboefluit
spelende liep hij voorbij
door de lentenacht

Shiki

Luister! als water,
vloeiend in slapende oren,
zingt de nachtegaal

Issa

Hoor, de nachtegaal!
vliegen, armzalige insecten,
o, luister ook.

Issa

De nachtegaal kwam
en op het groene mosveld
staat hij te zwijgen

Taigi

Een betoverende lente wens ik jullie!

Steun een non in Ladakh



Tsering Palmo

Op haar vele reizen naar India heeft Marjan Gerritse, vormgever van de Zensor, contact gelegd met de Ladakh Nuns Association (LNA). De LNA stelt zich ten doel nonnen uit Ladakh de kans te geven een opleiding te volgen in het zuidelijk gelegen Dharamsala.

In Ladakh verblijven zo'n 800 nonnen, die veelal afkomstig zijn uit arme gezinnen. Ze worden onderhouden door hun familie en vaak als hulp in de huishouding gebruikt. Geld voor een opleiding ontbreekt, terwijl deze nonnen met een opleiding tot leraar, dokter, verpleegster, sociaal werker zich juist verdienstelijk zouden kunnen maken voor de lokale gemeenschap.

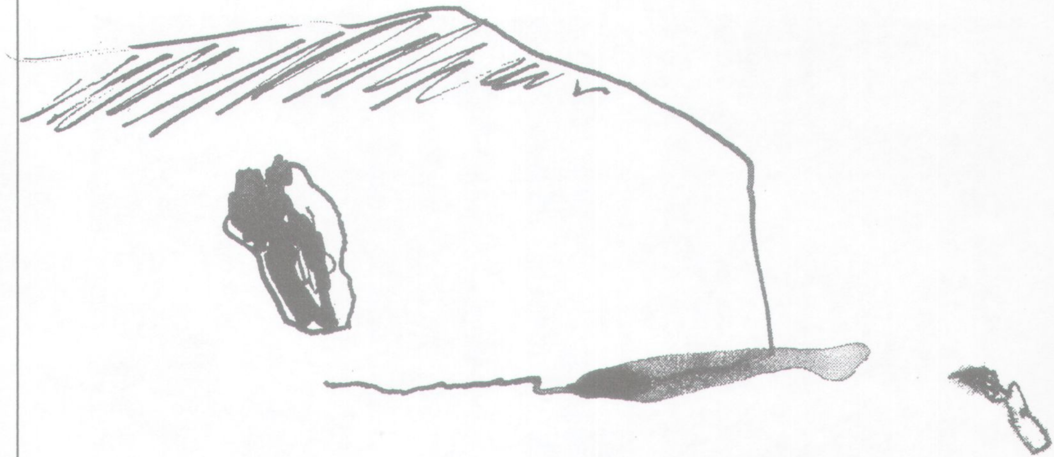
De LNA, in 1996 opgericht door Tsering Palmo, die zelf met behulp van een sponsor medische wetenschappen kon studeren, probeert wereldwijd mensen te vinden die bereid zijn de scholing van deze nonnen te ondersteunen.

Marjan hoopt dat ook jij het belang van dit initiatief inziet. Je bepaalt zelf de hoogte van je bijdrage. Om een indicatie te geven: van 300 euro kan één non een jaarlang studeren.
Meer of minder is ook prima.
Elk bedrag is welkom.
Postbank 525 01 33 onder vermelding van 'Steun een non'
Voor meer informatie:
Marjan Gerritse, tel 020 638 5942.



foto: Marjan Gerritse

Non Patma Chorol in de woonkeuken van haar ouderlijk huis, Tia, West-Ladakh, 2000



Geen idee

Op verzoek van de redactie boog Peter Verbogt, die onlangs naar Salt Lake City vertrok, zich over het Hart Soetra, dè tekst die over prajna handelt. Door regelmatig het Hart Soetra te reciteren kun je het vertrouwen ontwikkelen dat er een juiste zienswijze is: 'Zie wat is en zie dat dat geen idee is'.

Door ***Peter Dokuho Verbogt***

Dit 'geen idee' kan ik op twee manieren verstaan.
In de gebruikelijke zin is het zo'n beetje de grootste nachtmerrie die me kan overkomen. Als iemand me iets vraagt en ik moet antwoorden: 'Geen idee ... ik weet het niet ...', dan ervaar ik dat als een ramp, een totale afgang. Dit speelt zich af in het beperkte kader van kleine Peter, die ordent, onderscheid maakt en daarmee de/zijn wereld creëert.

Daarin geldt: iets niet weten is dom en daarenboven dat nog toe moeten geven aan anderen is onuitstaanbaar. Want Peter heeft in zijn systeem: ik ben niet dom, heb dingen uitgezocht en weet nu hoe alles in elkaar zitten.

De tweede manier van verstaan van dit 'geen idee' is het simpele inzicht dat Dit, deze wereld en mijn leven, geen idee is.
Ik ben geen idee, jij bent geen idee, deze boom is geen idee en zelfs dit woord is geen idee. Het is zo simpel, maar helaas onbevattelijk en onbegrijpelijk voor het zelfbewust denkende bewustzijn. Denken en woorden zijn (meestal voor de meeste mensen) geen probleem. Het venijn zit in de zelfbewustheid.
Het zelfbewuste is gericht in en op zichzelf en heeft daarmee per definitie een grens. En zo moet het ook functioneren. Daar is niks mis mee.
Alleen er is hier een grote moeilijkheid die te maken heeft met identificeren. Want het zelfbewuste heeft een heel sterke neiging om te zeggen: 'Ha, dit ben ik en dat is dat, dus zo zit het'. En dat is een onjuiste opvatting. Wat niet zo erg is zolang ik maar kan zien dat het een beperkte visie is en dat er meer onder de zon is dan ik, mij en mijn.

Wijsheid in de zin van prajna zoals in het Hart Soetra bedoeld, heeft niets te maken met kennis. Prajna is het inzicht in de diepste grond van ons bestaan: dat er geen grens is, dat er geen enkele onafhankelijk bestaande entiteit is en dat het gaat om een voortdurende en steeds veranderende stroom van prajna.

Enkele weken geleden definieerde Genpo Roshi prajna als datgene wat we realiseren/zien/verwerven door onze praktijk en onze zazen. Maar prajna komt niet alleen tot stand in de meditatie. In feite is onze meditatie uitdrukking van prajna, van wijsheid.
Mijn bewuste denken kan dit niet vatten want denkt dat dit een tegenspraak is. Hoe kan iets wat tot stand komt in mijn meditatie er tegelijkertijd de oorzaak van zijn dat ik mediteer? Gelukkig gaf hij er nog een aanwijzing bij: 'When we sit in silence and we are not seeking, not pursuing something, when we stop wanting, we will realize that we are living in a state of nirvana'.

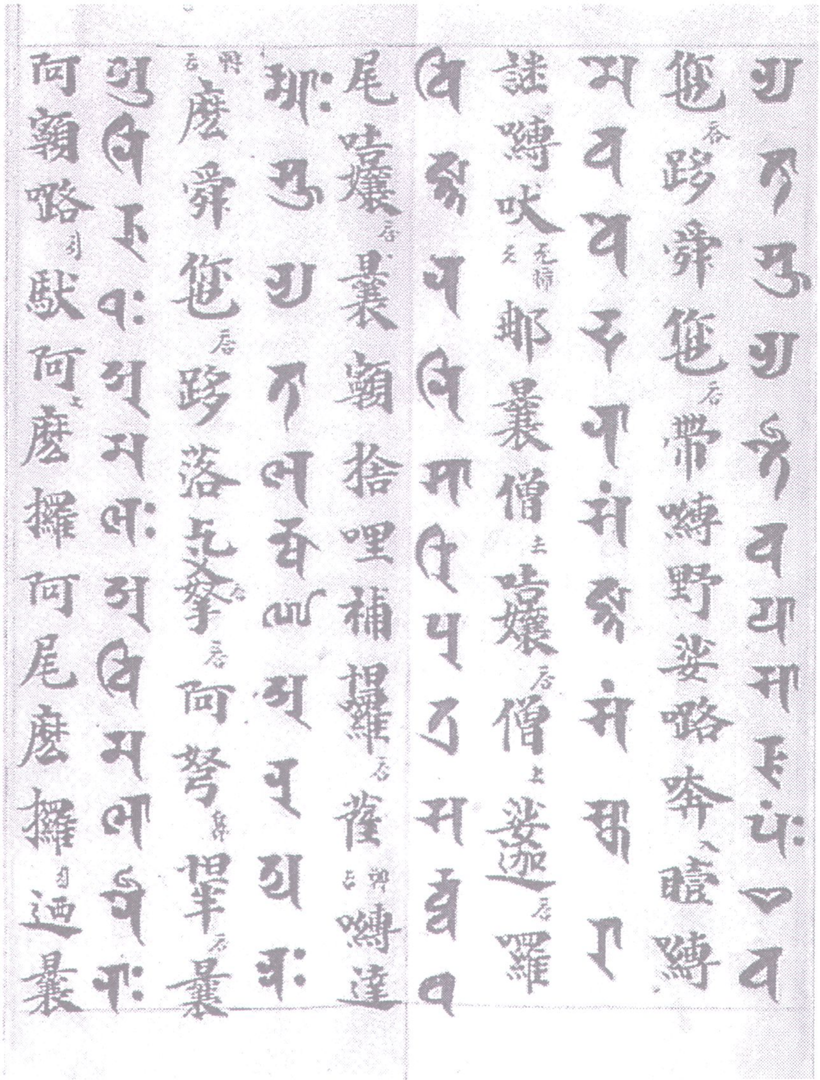
Het staat zo mooi beschreven in het Hart Soetra als we het kunnen reciteren zoals het er staat – zonder bijgedachten. Het roept ons toe hier en nu te zijn. Zie wat is en zie dat dat geen idee is. Leegte is niet leeg en vorm is geen vorm. Geen oog, oor enzovoorts is alle ogen oren neuzen tongen lichamen en denkorganen ... hoewel dat weet ik niet zeker maar geen oog, oor enzovoorts is zeker geen diskwalifacatie van onze zintuigen en dat we dus wel zonder zouden kunnen of zo. Het verwijst alleen naar de neiging om ze bezitterig en onwetend ons toe te eigenen als *mijn* ogen oren enz en dat wat zij zien, horen ... *mijn* wereld is. Dat is onjuiste identificatie en zinsbegoocheling die onze hebzucht, boosheid en ontkenning/onwetenheid vergroot.

Steeds weer creëren we vicieuze cirkels met een begin en einde, zoals de hond die achter zijn eigen staart aanrent. En dat moeten we ook doen, maar wel op de juiste plaats, op het juiste moment, in de juiste positie en in de juiste hoeveelheid. Om te zien dat al deze beginnende en eindigende cirkels opgenomen zijn in de Ene Cirkel.

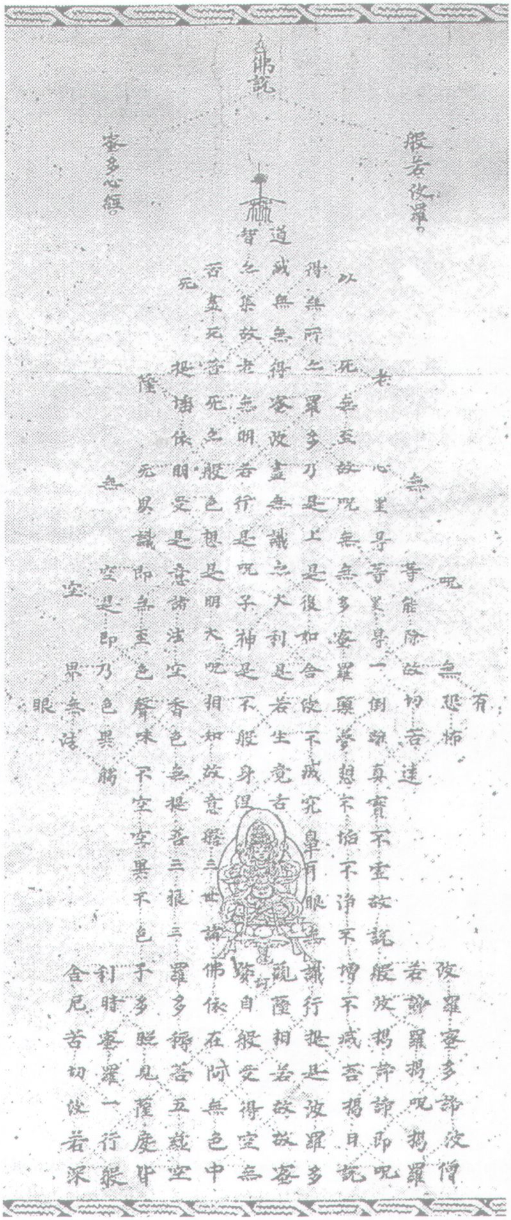
Steeds weer en steeds meer treft me de waarheid in de aanwijzingen van de Boeddha's, Patriarchen en onze leraren: de Dharma ligt nooit vast en ligt altijd voorbij elk idee, hoezeer ideeën, concepten enzovoorts er ook een onderdeel vanuit maken.

Zazen is belangrijk voor mij om voldoende concentratie op te bouwen. En het regelmatig reciteren van de Dharma, zoals verwoord in het Hart Soetra, om het vertrouwen te ontwikkelen dat er een juiste zienswijze is ...... zonder verduistering van geest en onbevreesd onjuiste opvattingen overwonnen rusten in nirvana ...... soms met veel goed karma heel even geen wie en geen wat.

Graag citeer ik Evans-Wentz die in het voorwoord bij 'The Diamond Sutra & The Sutra of Hui-neng', uitgegeven door Shambhala in 1990 schrijft:



De heartsutra, in Sanskriet (rechter vertikale rij) met ernaast een fonetische Chinese vertaling.



8e eeuws Chinees manuscript van een speciale Prajnaparamitasutra, de 260 Chinese karakters zijn geschikt in de vorm van een 5-etage hoge stupa. Een dunne stippellijn leidt van karakter naar karakter de volgorde weergevend waarin zij gelezen moeten worden. De tekst begint onder de afbeelding van de bodhisattva Kuan-yin (Avalokitesvara).

'Throughout the sutra runs the Buddha's denial of the reality of all predictable things, as of ego, or soul, of all appearances, likewise of merit, even of liberation, and nonliberation. As the Tibetan gurus continue to teach their disciples, in the analysis of the fully enlightened mind no differentiation whatsoever is possible between nirvana, the unborn, the primordially undifferentiated, the all-at-one-ment, and samsara, the born, the created, the shaped, the differentiated cosmos. The perfection of transcendental wisdom is no more than a human concept and, like the human mind that conceived it, is therefore 'not really such'. The Buddha himself, as Subhuti (een van Boeddha's leerlingen) perceives, 'has nothing to teach'. Although by means of right understanding, born of right meditation, one may conceive the idea of fundamental reality, it is ultimately for the enlightened one no more than a mental concept, 'merely a name'. So, too, is bodhisattvaship.'

Op zondag 23 februari 2003 overleed Bruce Kosho Waldrop in mijn aanwezigheid aan een hartaanval tijdens een wandeling in de heuvels. Het was een prachtig zonnige middag met een uitzonderlijk onverwachte afloop waarin Bruce me de unieke kans bood de grote kwestie van leven en dood te 'zien'.
Voor deze ultieme oproep om te ontwaken ben ik Bruce eeuwige dank verschuldigd. Totaal onvoorspelbaar en steeds veranderend is dit, ons, mijn menselijke bestaan onpeilbaar levend. Het is voorbij in heel veel minder dan een tel.
Zoals verwoord door Boeddha in het laatste hoofdstuk van bovengenoemde Diamond Sutra:

Thus shall ye think of all this fleeting world:
A star at dawn, a bubble in a stream;
A flash of lightning in a summer cloud,
A flickering lamp, a phantom, and a dream.

Dat ik en jij dit niet verspille en wij tezamen de Boeddhaweg voltooien.

Salt Lake City, 1 maart 2003

De Sangha

Naam **Gerda de Vries**
Zenpraktijk sinds 1988

Wat was voor jou destijds de aanleiding om aan zen te gaan doen?
Een jaar vóór dat ik met zen begon, had mijn leven een slag in de rondte gemaakt. Een hersenbloeding en de ervaringen die ik opdeed deels in en deels uit coma, hebben mij gemaakt tot iemand die openstond voor een spirituele weg. Zonder dat ik me dat aanvankelijk realiseerde.
Ik ontmoette iemand die tegen me zei: 'Misschien is zen wat voor jou.' Ik had geen idee wat zen inhield, wat ik kon verwachten. Zó ben ik eraan begonnen. Open, nieuwsgierig, angstig.

Waarmee vermaak je je op het kussen?
Soms zit ik met een koan, soms concentreer ik me op mijn ademhaling, soms houd ik me alleen bezig met de 'juiste' houding. Soms kijk ik naar iemand en probeer te zitten zoals hij of zij zit, soms zit ik met het voornemen alleen maar te luisteren naar geluiden die van buiten komen. Soms zit ik alleen maar.
De laatste jaren bepaal ik meestal vóór ik ga zitten wat ik wil 'doen'.

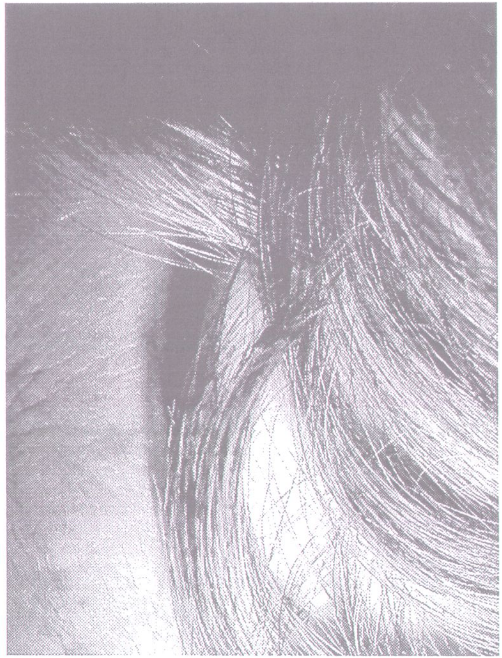
Waar spoort zen je toe aan en wat leidt je af van je zenbeoefening?
Hier begint voor mij het probleem. Ik volg een spirituele weg. Zelfs dat vind ik nog veel gezegd. Ik ga mijn gang, het leven gaat zijn gang met mij. Ik gebruik zen en zen gebruikt mij. Ik kan geen onderscheid maken tussen mijn leven en mijn zenbeoefening. Als het leven me een andere kant opstuurt, zal ik wellicht met een ander gedachtengoed willen samenvallen. Zen spoort me aan om voornemens te maken met de vaste wil me daaraan te houden. Dat lukt niet, dus maak ik een nieuw voornemen, enz. Alleen zijn er nogal wat zaken in mijn leven waarover ik me geen voornemen wil maken.

Welk zenboeddhistisch woord spreekt je het meest aan?
Vertrouwen en bevrijding.

Wat is voor jou de grootste valstrik binnen zen?
Dat ik zen ga zien als iets dat losstaat van mezelf, waar ik als het ware in geloven moet. Maar het gaat om mij, mijn individuele beleving, mijn individuele uitdrukking daarvan.

Dit is de eerste aflevering van een serie portretten waarin sanghaleden vertellen wat de zentraining voor hen betekent.



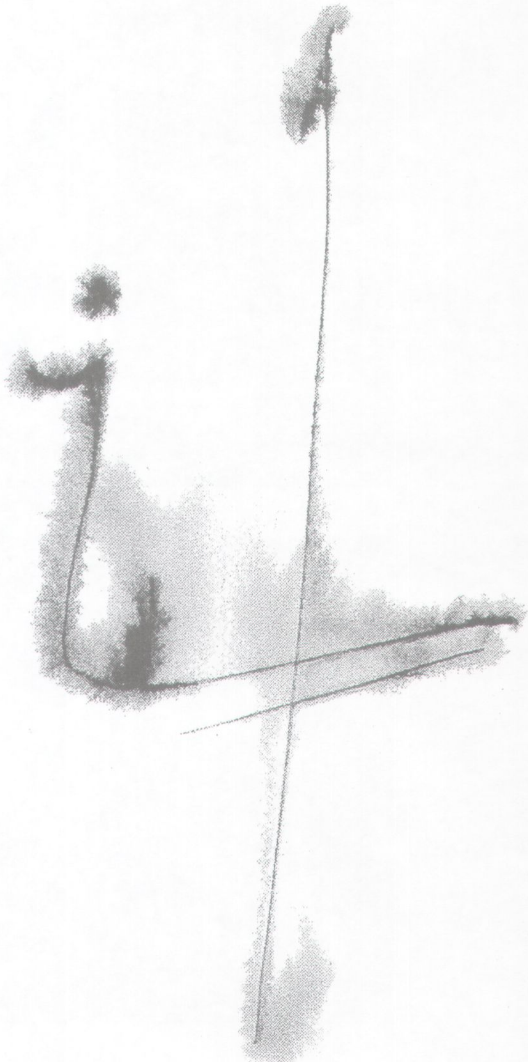


Mededelingen

Zomer city-sesshin
26 tot en met 29 juni, 9.30 – 17.30 uur olv. Nico Tydeman, Lida Kerssies en Meindert van de Heuvel.
Opgave vooraf bij het secretariaat of intekenen op de lijst die bij de portier ligt. Kosten hele sesshin 93 euro of 30 euro per dag

Bibliotheek nieuwe aanwinst
Christa W. Anbeek
Zin in Zen; de aantrekkingskracht van zen in Nederland en België
Asoka, 2003

Abonnementen
Een dezer dagen krijg je een accept-giro thuis gestuurd zodat je het abonnement op de Zensor kan verlengen.
Ben je nog niet eerder abonnee geweest meld je dan aan op zensor@xs4all.nl of bel naar tel 020 638 5942



Thema's 2003

Zomernummer:

Hoe vertel ik het mijn vrienden?
De zenstudie kan een wig drijven in oude vriendschappen: iets wat voor jou belangrijk is geworden, kun je niet delen met iemand die je dierbaar is. Het gevaar is groot dat je uit elkaar groeit. Wat doe je? Probeer je de ander iets over jouw spiritueel leven te vertellen of houd je maar liever je mond?
De volgende Zensor gaat over zen & vriendschap. Wil je een stukje schrijven, neem dan even contact op met
Corrie Koppedraijer (kopa@xs4all.nl of tel 020 624 8312) of Jacqueline Oskamp (j.oskamp1@chello.nl of tel 020 6712 415).
De deadline voor de kopij is eind mei.

Zensor... **is**
het mededelingenblad
van het Kanzeon
Zencentrum Amsterdam
en een open forum voor
alle leden van de Sangha.

Redaktie
Corrie Koppedraijer
Henk van der Geest
Jacqueline Oskamp
Marjan Gerritse

Vaste medewerkers:
Marieke Heijman
Marjolein de Vink
Leo de Wolf (tekeningen)

Redaktie-adres
Kapenburgerplein 5
1011 VA Amsterdam
t 020 624 83 12
f 020 421 38 85
e kopa@xs4all.nl

Kopij
Zo mogelijk op disquette
inleveren bij één van
de redaktieleden of in
de kopij-doos in de Zendo.
Het kan ook worden
gestuurd naar het redaktie-
of e-mail adres

Omslag: Een gedeelte van de 'Hart sutra voor analfabeten'
gemaakt in de vorm van een rebus in de Edo periode Japan.
Het laat –in die tijd– een enorme inzet zien om boeddhisme
binnen het bereik van het volk te brengen.